

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ

Кузнецов В.И.

Витебский государственный медицинский университет, Беларусь

Обучение в вузе должно проходить параллельно с воспитанием. Реализация принципа единства обучения и воспитания требует не только усвоения знаний, умений и навыков, предусмотренных программой, но и приобретение умения учиться, усвоение методов интеллектуальной деятельности, самодисциплины мысли. Студент должен научиться гибко применять знания к новым обстоятельствам и задачам, развивать профессиональную память, учиться запоминать материал, концентрировать внимание, вырабатывать навыки мышления, необходимые для успешного усвоения содержания курса. Студенту, научившемуся самостоятельно добывать знания, овладевшему методами интеллектуальной деятельности, переноса знаний и применения его к новым задачам, освоившему методы мнемонической организации материала для запоминания, легче учиться и овладевать содержанием учебной программы.

Уменьшение времени, усилий, напряжения, связанных с достижением учебных целей, является важным показателем эффективности как методов, так и средств обучения студентов. Измерение времени, показывает, какой ценой достигается положительный учебный результат. Эффективно то, что уменьшает цену, которую студент платит за свои успехи.

Облегчение овладением специальными знаниями в процессе учёбы должно осуществляться с обязательным учётом физиологических и психологических механизмов адаптации, что послужит залогом наиболее эффективного приспособления к новым условиям.

Адаптация студентов к обучению должна начинаться уже с первого курса. Однако на первом году обучения адаптация к учебному

процессу сочетается с социально-психологической адаптацией студента к самому высшему учебному заведению, к новой обстановке (особенно в тех случаях, когда иногородний студент живёт в общежитии). Наиболее тяжело такая адаптация осуществляется у студентов молодого возраста (17-18 лет), выпускников школ, а также у молодых людей с меланхолическим типом высшей нервной деятельности. Именно им следует уделять наибольшее внимание.

На эффективность адаптации в этом случае оказывает своё влияние целый комплекс факторов, которые можно обозначить следующим образом:

1. факторы учебной деятельности студентов;
2. факторы приспособления к новым условиям (общежитие, уход из-под влияния родителей и т.п.);
3. личностные факторы (механизмы психологической защиты, черты характера, скорость и качество адаптивных реакций и т.д.);
4. другие обстоятельства, которые включают в себя жизненное кредо, хронотоп цели обучения и т.п.

Для осуществления наиболее успешной адаптации студентов к учебному процессу должен быть максимально реализован принцип облегчения их учебной деятельности. В этом плане главную роль должен играть преподаватель (куратор), который обязан практически реализовать этот принцип, сочетать педпроцесс с воспитательным и при этом не нарушать качества обучения.

Эффективность преподавания любого предмета зависит, прежде всего, от форм организации учебного процесса и от соответствия сущности и содержания изучаемого материала потребностям будущих специалистов.

На основании современных знаний физиологии и психологии можно выделить следующие *общие факторы* для адекватного приспособления студентов к обучению в вузе: 1) принцип равных возможностей; 2) снижение психоэмоциональной нагрузки; 3) системный подход в преподавательской деятельности; 4) формирование у студентов адаптивной функциональной системы (ФС).

Для наиболее эффективной и безболезненной реализации адаптации студентов должен соблюдаться принцип равных возможностей, в соответствии с которым взаимоотношения преподавателя и студентов строятся по горизонтали на взаимном уважении, где должны быть чётко расписаны функции того и другого. С другой стороны, любой студент на занятиях должен иметь равные возможности для получения той или иной оценки знаний.

Любая чрезмерная психоэмоциональная нагрузка ведёт к несовершенному адаптивному поведению. Для снижения психоэмоцио-

нальной нагрузки следует сосредоточить внимание студентов не на получаемой оценке, а на изучении материала предмета. Кроме этого следует помнить, что психоэмоциональное напряжение может быть обусловлено факторами, не связанными с учебной деятельностью.

Системный подход в учебном процессе должен реализоваться, в первую очередь в преподнесении и рассмотрении изучаемого материала. Главное, что должны уяснить студенты – это структуру логически построенных систем изучаемого предмета и его единство с другими дисциплинами профессионального образования. Материал предмета должен излагаться последовательно и структурированно, причём каждая последующая часть должна логически вытекать из предыдущей.

В самой функциональной системе, реализующей целенаправленное адаптивное поведение, при обучении можно выделить несколько основных взаимодействующих процессов:

- 1) мотивация ФС, включающая постановку и анализ учебной задачи;
- 2) самоорганизация ФС, реализующая периодические попытки решения задачи;
- 3) приспособление самой ФС, заключающееся в коррекции очередных попыток решения с учётом предшествующего опыта;
- 4) самообучение ФС с развитием и совершенствованием класса стоящих перед ней задач.

С точки зрения теории функциональных систем П.К.Анохина адаптивное поведение при обучении может быть представлено следующими этапами: 1) восприятие, понимание и нравственная оценка предлагаемого материала; 2) выдвижение предложений и построение решений; 3) проверка и интерпретация результатов.

ФС обучения, реализуемая многократно, проходит последовательно несколько стадий. Так, целенаправленное поведение на получение знаний формируется при возникновении тех или иных потребностей (1 стадия), под которыми в самых общих чертах понимается свойство организма требовать для своего нормального функционирования определённых условий, без которых этот организм не сможет поддерживать состояние внутреннего и внешнего динамического равновесия. При реализации ФС обучения на первой стадии преподаватель должен реализовать ориентировочную направляющую функцию обучения, формируя личностные цели обучения у студентов, или изменяя их хронотоп реализации. Во 2-й стадии имеющиеся потребности соотносятся к определённой обстановке, в которой они возникли. При этом следует обратить внимание студентов на необходимую для формирования мотивации информацию, которую следует увязать с главной (базисной) целью обучения – будущей профессиональной

деятельностью. На 3-й стадии возникают мотивационные и подкрепляющие возбуждения. Здесь для адекватной реализации приспособления необходимо наличие подкрепляющих стимулов. Другими словами, при возникновении мотивации должны поддерживаться любые начинания студентов, поощряться их самостоятельная работа. Это обусловлено тем, что в трудной ситуации с низкой вероятностью достижения цели, согласно П.В.Симонову (2001), даже небольшой успех порождает положительную эмоцию воодушевления, что укрепляет уверенность в себе, а в дальнейшей деятельности облегчает процесс принятия решений. На этой стадии важно в первую очередь замечать любые правильные мысли студентов, соглашаться с ними, а только потом вносить корректирующие поправки в их деятельность. В связи с этим, общий план реагирования преподавателя можно представить следующим образом: «Да, (и отметить правильные, верные результаты), всё верно, но здесь я сделал бы (думаю) так (и отметить те моменты, в которых студент ошибся, тщательно их обосновав). 4-я стадия является ключевой в реализации адаптивного поведения для получения знаний. Здесь составляющие мотивационных и подкрепляющих возбуждений сравниваются и взаимодействуют друг с другом, в результате чего должна образоваться логическая структура замысла как намерения к действиям. При этом человек «ищет» правильное решение, сравнивая его с возникшей мотивацией, другими словами, последовательно реализуются все накопленные стереотипные формы поведения, которые срабатывали ранее, приводя к необходимому результату. Именно здесь активируется психологическая защита человека, реализуя свои многочисленные адаптивные реакции. К довольно распространённым формам поведения в этом случае можно отнести бездумное зазубривание материала, конспектирование лекций без надлежащего понимания и т.п. Если студент находит выход из сложившейся ситуации, то реализация адаптивной ФС переходит в следующую стадию, если же этого не случается, то напряжённая мотивация вытесняется в подсознание, но не исчезает полностью. На четвёртой стадии большую роль играет преподаватель. Во-первых, здесь следует разъяснить все непонятные и возникающие вопросы. Во-вторых, можно при необходимости подсказать пути решения возникшей задачи (представить дополнительную, занимательную литературу, примеры из собственной жизни и жизни учёных и т.п.). В-третьих, следует скорректировать реализацию комплекса психологической защиты у студентов и по возможности направить её в русло профессиональной сублимации. Для этого можно провести со студентами разъяснительную беседу о том, что главное в освоении профессии не багаж полученных знаний, а формирование системного мыш-

ления, с помощью которого легко можно осуществлять самосовершенствование и самообучение.

На последней стадии, когда осуществляется реализация образованной логической структуры замысла (поведенческого акта) и оценка полученных результатов, преподаватель обязан закрепить полученные студентами знания с помощью их окончательного структурирования и систематизации. При этом должен задаваться вопрос: «Каким образом я смогу применить полученные знания в своей практической деятельности?» Важно проконтролировать, чтобы ответ на данный вопрос был обязательно получен – это является дополнительным стимулом для самосовершенствования и дальнейшего изучения предмета.

Таким образом, понимание преподавателем физиологических и психологических механизмов адаптации студентов при обучении является фактором снижающим напряженность процесса получения знаний, повышающим эффективность процесса обучения, а значит и подготовки их к будущей профессиональной деятельности.